வெளுத்ததெல்லாம் பால்! கறுத்ததெல்லாம் தண்ணீர்! * வாழைக்குத் தானீன்ற காய் கூற்றம் * பட்டை நாமம் சாத்தப் பார்க்கிறீரா? * எரியும் கொள்ளியால் எண்ணெயைக் கொட்டியது போல் * அதுதானும் பன்னை அவள் தானே பெறவேண்டும் * கைக்கெட்டியது வாய்க்கெட்டவில்லை * அம்மா கிடைக்குமா சோறு தன்னை பதம் * பனங்காட்டு நரிகள் போல் * பெண் என்றால் பேயும் இரங்குமே * நாகம் நாத்தன் ஏதோ என்ன! பாட்டு பழ என்ன வினை! * பெற்ற மனம் பித்து! பிள்ளை மனம் கல்! * கல்லானாலும் கணவன்! புல்லானாலும் புருஷன்! * மண்ணானாலும் மணவாளன் * குளிக்கப் போய் சேற்றைப் பூசிக் கொள்வது போல் * கிளியை வளர்த்துப் பூனைக்கா கொடுக்கவேண்டும்? * ஆயாங்கலத்துப் பயிர் போல் ஏது * பெண்டிற்கழகு எதிர் பேசாதிருத்தலாம்! உண்டி சுருங்குதல் பெண்டிற்கழகு * "பட்டுக்கோட்டைக்கு வழி எது என்றால் கொட்டைப்பாக்கு என்ன விலை பணம்" என்பது போல் * தான் ஆடாவிட்டாலும் தன் தசை ஆடும் * பேச்சுப் பேச்சென்றும் பெரும்பூனை வந்தக்கால் கீச்சுக்கீச் சென்னுங்கிளி * பாம்பின் கால் பாம்பறியும் * மயிலே! மயிலே! இறகு போடென்றால் போடுமா? * வெண்ணெய் திரண்டு வரும் போது தாழி உடைந்தது போல் போகிறது * அள்ளிட்டை பயிரை உழக்கியது * உடும்பு வேண்டாம் கையை விட்டால் போதும்! * தாண் ஆள்வாரானாலும் ஆண்பிள்ளை ஆண்பிள்ளையே! * அணையிலாயிருந்தவனை அம்பலத்தில் இழுத்தது போல் * கெடுக்கும் தெய்வம் கூரையையும் பார்த்துக் கொண்டு கொட்டுமாம் * ஆற்றைக் கடக்குமளவும் அண்ணன் தம்பி! ஆற்றைக் கடந்த பின் நீயார் நான் யார்! * போகிறது தான் போகிறோம் ஒரு முழுமை ஆவியாய் போவோம் தேனை விடு கன்னியதும் அன்னியால் ஏழும் பார்த்தாம் * கழுதை மாடு பொதி சுமக்கும் * கழுமாதி செய்யும் கல்யாணம் செய்தால் உனக்குக் கதிதானே * பாலை பார்க்கா ஆழமும் பார்க்க வேண்டாமா? * தாய் பழிப்பதை எடுக்க தனயன் கோதானம் செய்வதைப் போலிருக்கிறது * வளைக்காரர் கட்டைக்கு பட்டுக்குஞ்சம் கட்டியது போன்று * பாசம் பாசிப்போல் வந்து சூழ்ந்துக் கொண்டது. * அவனுக்கும் அரியணைக்கும் ஒன்றைப் பிராப்தி கிடைக்கவில்லையாம் * கண்ணைக் கட்டி காட்டில் விட்டது போன்று * காரியமில்லாமல் காரணம் ஏது? அறுத்த வாலுக்கும் சுண்ணாம்பு கொடாத பாவிகள் * எச்சில் கையிலும் காக்கையையும் ஓட்டமாட்டார் * ஆகாய கோட்டை கட்டுவார் * மொட்டை தலைக்கும் முழங்காலுக்கும் முடிச்சு போடுவார் * கொண்டு பெண்டாட்டியானாலும் சொந்தப் பெண்டாட்டி * பணம் பத்தும் செய்யும் * கடன் வாங்கியும் பட்டினி! கல்யாணம் செய்தும் சந்நியாசி! * கல்லை எத்துவானேன் கை நோவானேன்! * சூரியனை மறைத்தால் மறைக்கும் மேகமே! * இறு ஊக்கத்திற்கு பாறை மழை பெய்தது இயல்பே * எண்ணெய்ப்பல்லாமல் புகை வளருமா? * இல்லாள் அகத்திருக்க இல்லாத தொன்றில்லை * நாய் விற்ற காசு குரைக்குமா! பசு விற்ற காசு பால் கறக்குமா! ஆயிரம் பொய்யைச் சொல்லி ஒரு கல்யாணம் கட்டு! * எட்டுக்கெட்டியும் பொட்டை நாயும் போல் * தங்கக் கொள்ளி வாங்கு வாங்கியது போலாகியது * நாயைக் குளிப்பாட்டி நடு வீட்டில் வைத்தாலும் அது சும்மா இருக்குமா? * இது பொறி வாழைத்தான் அதை புண்ணுகாது. பெரும்தீயே பழுத்தால் ரணமாகிறதானே தீரும் * முன்பகை செய்யான் பின்பகைகள் தானே வாரணம் * கைப்பார் கை பிள்ளை போல் ஆடுகிறான் * வெறும் வாயை மெல்லுபவர்களுக்கு ஒரு பழி அவல் கிடைத்தாற் போல் * பன்றியுடன் சேர்ந்த கன்று சும்மா இருக்குமா? * எரியும் நெருப்பில் எண்ணெயை வார்த்தது போன்று * ராமேஸ்வரம் சென்றும் சனி விட்டபாடில்லை * பட்டகாலிலே படும் கெட்டகுடியே கெடும் * பசுத் தோல் போர்த்திய புலி * வைத்தியர் அத்தைப் பழமாற்றாலும் விற்காது * ஒரு கொன்றன்று! [illegible] லால் களில் உலகை ஒத்தே [illegible] வேண்டியிருக்கிறது * கண்ணை ஆனாலும் [illegible] கட்டு * கூழானாலும் குளித்துக் குடி * ஊர்வாயை மூட உலை மூடியுண்டா? * சண்டைக் காலைக் கொத்தும் பூனை தனை வாங்கியது போல * பெத்த மனம் பித்து, பிள்ளை மனம் கல்லு * ஊசித்தேசு; கொத்துத்தேசு * தொட்டில் பழக்கம் சுடுகாடு மட்டும் * எச்சில் கையால் காக்காய் ஓட்டாதவன் * தன்னைத்தானறியாத பெரியாள்பு, தாயறியாத சூல்லு *

22/7/52

வாழும் நோயும்: " ஒருபடி நடவேன், அரைபடி கிடவேன்
இருந்து உண்ணேன், கிடந்து உறங்கேன்" அதாவது

நிறைந்த வயிறு தனது அழகால் இடுக்கும் சமயத்து உச்சியைப்பொழுதில் ஒரு அடியும் நடவேன். அரைநொடி இருந்து படுக்க மாட்டேன். உண்டி உணவு அஜீரணமாகாமல் [illegible] மேலும் [illegible] கொள்வேன். அயர்ந்த போதல்லாமல் படுக்கையில் படுக்கையால் படேன் என்பதாம்.

இருபொழுது உண்பது; மூன்று பொழுது உண்ணலாகாது. உறங்குவது இரவின்றாம். பகல் உறக்கம் பாவம் செய்யும். இரவிலே வகைகளின் கடுமையன்றில் புசித்தல் கூடாது. உண்டபின் சிறு நடை கொள்ளவேண்டும். ஆறுமாதத்திற்கு ஒரு தரம் பேதிக்குச் சாப்பிட வேண்டும். எண்ணெய் பெறான் வெந்நீரில் குளித்தல் வேண்டும். இடது கையால் படுத்து உறங்கல் வேண்டும். மீந்த தயிர் உண்ணக் கூடாது. முதல் நாளில் சமைத்த கறி அதை எதனாலும் அருந்தல் ஒண்ணாது. நீர் கருக்கி, மோர் பெருக்கி, நெய் உருக்கி உண்டால் பிணி ஏது?

உண்ணும் உணவில் கல்லும் மயிரும் கிடந்தால் நோய் தோன்றும். மீதாண் கொண்டதும், மக்க வாசனை அடைந்ததும், கவெழி ருடந்தாதும், மலமுலம் அடக்கி ஆகும் பிணி தொடரும். உண்ட பின் நீராடுதலும், [illegible] வெயிலில் நடந்ததும், மலர்களை உண்டதும், [illegible] எட்டும் [illegible]. மருக்கல், மருந்து வேண்டாம்.

"மருந்து என வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு
அருந்தியது அற்றது போற்றி உணின்" — குறள்:-

{ முன் கொண்ட உணவு சீரணம் ஆனதை அறிந்து புசித்தால் உடம்புக்கு மருந்து என்பது வேண்டாம். }